

Specijalna bolnica za medicinsku rehabilitaciju Lipik ♦ Marije Terezije 13 ♦ 34551 Lipik

## UTJECAJ VJEŽBI NA CIRKULARNOST NATKOLJENICE DESNE I LIJEVE NOGE KOD OSTEOARTRITISA KOLJENA INFLUENCE OF EXERCISES ON RIGHT AND LEFT THIGH CIRCUMFERENCE IN KNEE OSTEOARTHRITIS

Senka Rendulić Slivar

Cilj rada je procjena učinka vježbi snaženja stabilizatora koljena u bolesnika s osteoartritisom koljena na cirkularnost lijeve, odnosno desne natkoljenice i utvrditi postoje li razlike s obzirom na dominantnu stranu tijela.

Provedeno je istraživanje na 30 ispitanika-dešnjaka liječenih u Bolnici Lipik, prosječne životne dobi 70 godina, s osteoartritisom koljena bez značajnije razlike u simptomima bolesti s obzirom na lijevo i desno koljeno. Dnevno su provođene skupne vježbe u termomineralnoj vodi (30 minuta) i individualna medicinska gimnastika (30 minuta) programirana za snaženje stabilizatora koljena kroz 2 tjedna. Na početku i kraju tretmana izmjeren je opseg natkoljenice 10 cm iznad gornjeg ruba patele ( $M \pm SD$ ) sa centimetarskom vrpcom (mm). Dobivene vrijednosti lijeve i desne strane uspoređene su t-testom. Podaci su obrađeni SPSS progra-

mom za Windowse, verzija 15.0. Statistička značajnost je uzeta za razinu 0,05.

Cirkularnost natkoljenice bila je desno početno  $486,0 \pm 9,3$ ; završno  $492,8 \pm 8,8$  mm. Lijevo je izmjerena početno  $486,7 \pm 8,1$  mm, a završno  $490,7 \pm 7,9$  mm. Značajna razlika nađena je s obzirom na početna i završna mjerenja desno ( $p < 0,05$ ). Uspoređivanjem dobivenih vrijednosti cirkularnosti lijeve i desne noge niti početno, niti završno nije nađena statistički značajna razlika ( $p > 0,05$ ).

Primjenom vježbi u starijih dešnjaka s osteoartritisom koljena bez jasne lateralizacije simptoma, uočeno je početno povećanje cirkularnosti obje natkoljenice bez veće asimetrije, izrazitije na dominantnoj strani tijela.

**Ključne riječi:** cirkularnost natkoljenice, vježbe, osteoartritis koljena